

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ  
ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра фітнесу та рекреації

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Зав. кафедрою, професор  
Жданова О. М.

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**АДАПТИВНА ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ**

спеціальність 014 – фізичне виховання  
галузь знань 01 освіта  
факультет: педагогічної освіти

Розробник:  
канд. наук з фіз. виховання та  
спорту, доцент  
**Шевців Уляна Станіславівна**

Львів

### 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів 3	Галузь знань:  01 – Освіта	Нормативна	
Модулів 1	Спеціальність (професійне спрямування): 014 – фізичне виховання	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів 2		6-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____		<b>Семестр</b>	
(назва)			
Загальна кількість годин 90		10-й	
		<b>Лекції</b>	
		14 год.	
	<b>Семінарські</b>		
	16 год.		
	<b>Лабораторні</b>		
	-	-	
	<b>Самостійна робота</b>		
	60 год.		
	<b>Індивідуальні завдання -</b>		
	Вид контролю: іспит		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних 2 самостійної роботи студента 2	Освітньо-кваліфікаційний рівень: магістр		

#### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 30/60

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Програма розроблена із врахуванням змісту навчальних дисциплін освітньо-професійної програми підготовки магістр та у відповідності до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики.

Навчальна дисципліна “Адаптивна фізична рекреація” представляє собою систему знань про роль і місце фізичної рекреації в житті інвалідів та осіб, які мають відхилення у стані здоров’я.

Курс “Адаптивна фізична рекреація” орієнтований на узагальнення специфічних теоретико-методичних закономірностей фізичної рекреації неповносправних осіб та осіб, які мають відхилення у стані здоров’я.

**Мета навчальної дисципліни** – забезпечити поглиблену теоретичну та практичну підготовку студентів із питань організації адаптивної рекреаційної рухової активності осіб із порушеннями психофізичного розвитку різних нозологічних груп з метою всебічного впровадження системи адаптивного фізичного виховання, виконання її освітніх, корекційних, оздоровчих і виховних функцій.

**Завдання дисципліни:** студента, майбутнього фахівця з адаптивного фізичного виховання та реабілітації, знаннями щодо:

- адаптивної рухової рекреації та її основних функцій;
- корекційних засобів, методів, методичних прийомів адаптивної рухової рекреації;
- технологій проведення занять адаптивною руховою рекреацією

У результаті вивчення курсу студенти повинні **знати:**

- методологічні та теоретичні основи адаптивної фізичної рекреації;
- законодавчі та програмно-нормативні засади адаптивної фізичної рекреації;
- історичні аспекти розвитку адаптивної фізичної рекреації
- адаптивна фізична рекреація в процесі інтеграції людей з обмеженими фізичними можливостями в соціум;
- цілі, завдання, принципи, методи і засоби адаптивної фізичної рекреації при різних нозологіях;

Студенти повинні **вміти:**

- творчо використовувати отримані знання з адаптивної фізичної рекреації з врахуванням вікових і індивідуальних відмінностей людей з обмеженими фізичними можливостями під час проведення занять;
- складати програми, планувати, організовувати і здійснювати фізкультурно-оздоровчу роботу з неповносправними при різних нозологіях з урахуванням віку;
- організовувати спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи для людей з обмеженими можливостями при різних нозологіях з урахуванням віку;
- зпроводити науково-дослідну роботу з проблем адаптивної фізичної рекреації.

Після проходження курсу навчальним планом передбачено складання іспиту.

Головними формами роботи з вивчення дисципліни є: лекції та семінарські заняття.

## 3. Програма навчальної дисципліни

**Змістовний модуль 1** «Теоретико-методичні основи адаптивної фізичної рекреації (АФР)» спрямований на вивчення основних понять АФР, історичних аспектів розвитку АФР, законодавчих та організаційних основ АФР; принципів, мети та завдань АФР, організаційних форм АФР.

## **Тема 1. Адаптивна фізична рекреація, як вид адаптивної фізичної культури**

Мета та завдання адаптивної фізичної рекреації. Зв'язок адаптивної фізичної рекреації з іншими науками та навчальними дисциплінами. Особливості становлення реабілітаційної роботи з інвалідами. Основні поняття та терміни.

## **Тема 2. Місце фізкультури у реабілітації інвалідів**

Рекреаційні заняття неповно справних в житті інвалідів. Вплив фізичної рекреації на організм неповно справних, організація та особливості проведення рекреаційних занять з неповно справними. Адаптаційні можливості організму. Основні форми і методи фізичного виховання інвалідів

## **Змістовний модуль 2. Технології організації та проведення занять адаптивною руховою рекреацією**

### **Тема 1. Адаптивна фізична рекреація осіб з вадами слуху**

Етіологія і патогенез глухоти. Завдання та засоби АФР для глухих осіб. Особливості корекційно-педагогічного процесу занять з глухими дітьми

### **Тема 2. Адаптивна фізична рекреація при сліпоті**

Етіологія і патогенез. Завдання АФР для сліпих та слабозорих людей. Засоби АФР для сліпих та слабозорих людей. Особливості проведення рекреаційно-оздоровчих занять з особами, які мають вади зору.

### **Тема 3. Адаптивна фізична рекреація при порушеннях опорно-рухового апарату**

Мета та завдання АФР при станах після ампутації. Особливості використання засобів АФР при станах після ампутації. Мета та завдання АФР при ураженнях спинного мозку. Особливості використання засобів та методика АФР при ураженнях спинного мозку. Діяльність таборів АР

### **Тема 4. Адаптивна фізична рекреація при дитячому церебральному паралічі**

Визначення поняття; діагностування. Мета та завдання АФР при ДЦП. Особливості методики АФР при ДЦП.

### **Тема 5. Адаптивна фізична рекреація при розумовій відсталості**

Загальні відомості про розумові вади. Мета та завдання АФР при розумовій відсталості. Методи та засоби АФР при розумовій відсталості. Особливості проведення АФР при розумовій відсталості.

### 3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<b>Модуль 1</b>													
<b>Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи адаптивної фізичної рекреації</b>													
Тема 1. Адаптивна фізична рекреація, як вид адаптивної фізичної культури	8	2	2			4							
Тема 2. Місце фізкультури у реабілітації інвалідів	14	2	2			10							
Разом за змістовним модулем	22	4	4			14							
<b>Модуль 2</b>													
<b>Змістовий модуль 2. Технології організації та проведення занять адаптивною фізичною рекреацією</b>													
Тема 1. Адаптивна фізична рекреація осіб з вадами слуху	16	2	4			8							
Тема 2. Адаптивна фізична рекреація при сліпоті	14	2	2			8							
Тема 3. Адаптивна фізична рекреація при порушеннях опорно-рухового апарату	16	2	2			10							
Тема 4. Адаптивна фізична рекреація при дитячому церебральному паралічі	16	2	2			10							
Тема 5. Адаптивна фізична рекреація при розумовій відсталості	16	2	2			10							
Разом за змістовним модулем	68	10	12			46							
<b>Усього годин</b>	<b>90</b>	<b>14</b>	<b>16</b>			<b>60</b>							

### 4. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Введення до адаптивної фізичної рекреації	2
2	Основи адаптивної фізичної рекреації. Місце фізкультури у реабілітації інвалідів	2
3	Адаптивна фізична рекреація осіб з вадами слуху	2

4	Адаптивна фізична рекреація при сліпоті	2
5	Адаптивна фізична рекреація при порушеннях опорно-рухового апарату	2
6	Адаптивна фізична рекреація при дитячому церебральному паралічі	2
7	Адаптивна фізична рекреація при порушеннях опорно-рухового апарату	2
8	Адаптивна фізична рекреація при розумовій відсталості	2
9	Колоквіум	
	<b>Разом</b>	<b>16</b>

### 5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Навчальним планом не передбачено	-

### 7. Теми лабораторних робіт

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	не передбачені	

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Сучасний стан інтеграції людей з обмеженими можливостями в суспільство	4
2	Нормативно-правові акти, що регламентують діяльність адаптивної фізичної рекреації.	4
3	Термінологія в адаптивній фізичній рекреації	4
4	Розвиток адаптивної фізичної рекреації в окремих зарубіжних країнах	4
5	Історія адаптивної рекреації в Україні	4
6	Види рекреаційних занять з особами, що мають вади слуху	4
7	Формування мотивації осіб з вадами слуху до адаптивної рухової активності	4
8	Види рекреаційних занять з особами, що мають вади зору	4
9	Формування мотивації осіб з вадами зору до адаптивної рухової активності	4
10	Види рекреаційних занять з особами при порушеннях опорно-рухового апарату	6
11	Формування мотивації осіб при порушеннях опорно-рухового апарату	4
12	Види рекреаційних занять з особами при розумовій відсталості	6

13	Обладнання та устаткування місць занять (зали, майданчики та ін.) Відвідування закладів різних типів.	4
14	Участь у показових виступах з видів спорту для людей з інвалідністю та майстер-класах	8
	<b>Разом</b>	<b>60</b>

## 9. Індивідуальні завдання для денної форми навчання (20 годин)

Студенти готують реферати та реферативні повідомлення і виголошують їх на семінарських заняттях. Теми рефератів пропонуються кафедрою:

- 1) Сучасні тенденції адаптивної фізичної рекреації в Україні та за її межами,
- 2) Адаптивна фізична рекреація як вид адаптивної фізичної культури
- 3) Спосіб життя та здоров'я людини із порушеннями психофізичного розвитку
- 4) Вплив фізичної рекреації на організм людей з особливими потребами
- 5) Вплив фізичної рекреації на організм дітей з особливими потребами
- 6) Організація та проведення рекреаційних занять з людьми з особливими потребами
- 7) Організація та проведення рекреаційних занять з дітьми з особливими потребами
- 8) Організаційно-методичні засади проведення основних видів занять адаптивною руховою рекреацією: циклічні вправи, рекреаційні ігри, оздоровчі види гімнастики.
- 9) Туризм у системі занять адаптивною руховою рекреацією осіб із порушеннями психофізичного розвитку різних нозологічних груп)  
і обираються студентом самостійно.

Важливою формою організації навчання є *індивідуальні завдання*. Вони мають на меті поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які студенти отримують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

## 10. Методи навчання

*Метод навчання* – це спосіб упорядкованого взаємозв'язку діяльності викладача та студентів, діяльності, спрямованої на вирішення освітніх завдань, виховання і розвитку студентів у процесі навчання.

Під час викладання навчальної дисципліни «Адаптивна фізична рекреація» використовують три групи методів навчання:

- 1) методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності (словесні, візуальні, практичні, індуктивні, дедуктивні); Словесні методи: розповідь-пояснення, бесіди, лекції, імітаційні активні методи (аналіз конкретних ситуацій).
- 2) Наочні методи: мультимедійний супровід окремих лекцій Методи стимулювання та мотивації навчальної діяльності (навчальні дискусії, диспути, інтелектуальні ігри);
- 3) Практичні методи: усне і письмове опитування, міні-лекції, бліц-опитування, знайомство з практичною діяльністю оздоровчих закладів міста, зустрічі з провідними фахівцями оздоровчої сфери, відвідування фітнес-конвенцій, участь у майстер-класах.

- 4) Методи контролю та самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності (усний контроль, письмовий контроль).

### 11. Методи контролю

Оцінка успішності студента з дисципліни «Адаптивна рухова рекреація» є рейтинговою й виставляється за 100-бальною шкалою і визначається за двома шкалами: за системою ECTS та традиційною шкалою, прийнятою в Україні. Рейтинг з дисципліни – це сума двох рейтингів: поточного і семестрового.

Загальна оцінка за дисципліну не перевищує **100** балів. Присутність чи відсутність на заняттях у балах не оцінюється, за відсутність на контрольних заходах виставляється нуль балів. Студент може одноразово отримати до **5** додаткових балів за виконання робіт, не передбачених навчальною програмою (активність на заняттях, наукову роботу, додатково написаний реферат тощо).

- **Поточний контроль** здійснюється під час проведення семінарських занять в усній та письмовій формі
  - Опитування (відповідь чи доповнення) – 0-3 балів; макс-24 балів
  - Підсумкова контроль робота – 0-20 балів;
  - Максимальна сума балів за семестрові заняття – 50 балів.
  - Мінімальна сума балів за семестрові заняття – 18 балів.
  - Максимальна сума балів на іспиті – 50 балів.
  - Реферат за темою самостійної роботи – 6 балів
  - **Підсумковий контроль** – екзамен.

### Система оцінювання контрольної роботи

<i>Кількість балів за модуль</i>	<i>Оцінка</i>
16 - 20	5 (відмінно)
11 - 15	4 (добре)
6 – 10	3 (задовільно)
1-5	2 (незадовільно)

### Перелік основних питань модуля

1. Охарактеризувати поняття «адаптивна фізична культура», «адаптивне фізичне виховання»
2. Зв'язок адаптивної фізичної рекреації з іншими науками та навчальними дисциплінами
3. Охарактеризувати поняття «інвалід», «інвалідність», «соціальний захист інвалідів».
4. Сучасні стан проблеми інвалідності у світі. Причини збільшення кількості інвалідів у світі.
5. Актуальні проблеми АФР в Україні та світі
6. Характеристика адаптивної фізичної рекреації в Україні.
7. Діяльність громадських і державних організацій в галузі фізичного виховання та спорту інвалідів.

8. Особливості організації фізкультурного руху і спорту інвалідів України
9. Проблеми фізичної та соціальної адаптації інвалідів
10. Мета та завдання АФР
11. Основні принципи адаптивної фізичної рекреації
12. Специфічні принципи адаптивної фізичної рекреації
13. Засоби та методи адаптивної фізичної рекреації
14. Організаційні форми АФР.
15. Профілактика травматизму в АФР.
16. Матеріально-технічне забезпечення АФР
17. Загальні відомості про глухоту
18. Завдання АФР при глухоті
19. Засоби АФР при дефектах слуху
20. Вплив глухоти на стан здоров'я та рухову функцію організму.
21. Загальні відомості про сліпоту та слабозорість
22. Завдання АФР при сліпоті та слабозорості
23. Засоби АФР при сліпоті та слабозорості
24. Допуск до занять АФР при сліпоті та слабозорості
25. Загальні відомості про ураження спинного мозку
26. Мета та завдання АФР при ураженнях спинного мозку
27. Особливості використання засобів АФР при ураженнях спинного мозку
28. АФР при станах після ампутації
29. Мета, завдання АФР після ампутації
30. Засоби АФР при ампутації
31. Загальні відомості про порушення з боку ОРА.
32. Мета, завдання, засоби АФР при порушеннях ОРА
33. АФР при травмах спинного мозку та поліемієлітах
34. Загальні відомості про ДЦП
35. Мета та завдання АФР при ДЦП;
36. Методи та засоби АФР при ДЦП;
37. АФР при різних формах ДЦП
38. Загальні відомості про розумові вади
39. Мета та завдання АФР при розумових вадах
40. Методи та засоби АФР при розумових вадах
41. Лікарський контроль та профілактика травматизму на заняттях адаптивною фізичною рекреацією.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота								Підсумковий тест (екзамен)	Сума
Змістовий модуль 1, 2								50	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8		
3	3	3	3	9	3	3	23		

де, T1-T2 – змістовий модуль 1, T3-T8 – змістовий модуль 2

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
75-81	<b>C</b>		
68-74	<b>D</b>	задовільно	
61-67	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### 13. Методичне забезпечення

- Конспекти лекцій із дисципліни «Адаптивна фізична рекреація».
- Методичні вказівки до самостійної роботи студентів із дисципліни «Адаптивна фізична рекреація».
- Інструктивно-методичні матеріали для проміжного та підсумкового контролю знань.
- Правила модульно-рейтингового оцінювання знань із навчальної дисципліни.

### 14. Рекомендована література

#### Основна:

1. Бойко Г. М. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності : навч. посіб / Г. М. Бойко. – Київ : Талком, 2014. – 168 с
2. Бойко Г. М. Психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності осіб із порушеннями психофізичного розвитку в паралімпійському спорті / Г. М. Бойко : наук. моногр. – Полтава : АСМІ, 2012. – 360 с.
3. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Д. П. Винник; под ред. Джозефа П. Винника; [пер. с англ. И. Андреев]. – Киев : Олимпийская литература, 2010. – 608 с.
4. Загальні основи адаптивного фізичного виховання: навчальний посібник / Н. В. Москаленко, А. О. Ковтун, О. А. Алфьоров, О. І. Кравченко [та ін.]. – Дніпропетровськ : ДДІФК, 2013. – 137 с.
5. Оздоровчо-рекреаційні технології : навч. посіб. / Любов Чеховська, Ольга Жданова, Ірина Грибовська, Мирослава Данилевич, Уляна Шевців. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 220 с.
6. Фізична рекреація : навч. посіб. / Є. Н. Приступа, О. М. Жданова, М. М. Линець М.М., І. Б. Грибовська, М. В. Данилевич [та ін.] ; за наук. ред. Є. Приступи. – Львів : ЛДУФК, 2010. – 2010. – 227 с.

#### Допоміжна:

1. Аванесова Г.А. Культурно-досуговая деятельность. Теория и практика организации : учеб. пособие для студентов вузов / Г. А. Аванесова. – Москва : Аспект Пресс, 2006. – 236 с.
2. Адирхаев С. Актуалізація фізичного виховання та спорту студентської молоді України з особливими потребами / С. Адирхаев // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2006. – №2. – С. 142-144.
3. Бегидова Т. П. Основы адаптивной физической культуры / Т. П. Бегидова. – Москва : Физкультура и Спорт, 2007. – 192 с.
4. Бойко Г. М. Реабілітаційна психологія / Г. М. Бойко. – Полтава : АСМІ, 2006. – 324 с.
5. Виноградов П.А., Савин В.А. Спорт для всех на пороге 21 века // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 5.
6. Виноградов П. А. Рекреация по-американски / П. А. Виноградов, С. И. Гуськов // Физкультура и спорт. – 1990. – № 2.
7. Выдрин В. М. Физическая рекреация – вид физической культуры / Выдрин В.М., Джумаев А.Д. // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 3. – С. 2–3.
8. Гаврюшенко Г. В. Сучасний стан організації навчання осіб з обмеженими фізичними можливостями у вітчизняній системі закладів вищої освіти / Г. В. Гаврюшенко // Запорожский медицинский журнал. – 2006. – Т. 2, №5(38). – С. 162–164.
9. Галкин Ю. П. Проблемы физической рекреации и неспецифического физкультурного образования : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Галкин Ю. П. ; С. - Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1997. – 32 с.
10. Гриньків М. Нормальна анатомія : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 224 с.
11. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учеб. пособие / Евсеев С. П., Шапкова Л. В. – Москва : Советский спорт, 2000.
12. Евстафьев Б. В. Анализ основных понятий в теории физической культуры / Б. В. Евстафьев. – Ленинград : ВИФК 1985. – 118 с.
13. Жагин А. Е. Рекреация и некоторые её методы / Жагин А. Е. // Оздоровительные технологии по физической культуре и спорту в учебных заведениях : сб. науч-метод. тр. – Белгород, 2004. – С. 275–280.
14. Жданова О. Участь центрів фізичного здоров'я населення „Спорт для всіх” у вирішенні проблеми оптимізації обсягів рухової активності населення / О. Жданова, Т. Господарчук // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VI Всеукр. наук. практич. конф. з міжнар. участю. – Львів, 2008. – С. 169–173.
15. Калинин Л. А. Физкультурно-рекреационная стратегия развития современного общества / Калинин Л. А., Матов В. В. // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 1. – С. 8–11.
16. Курортоление и физиотерапия / под ред. проф. Боголюбова. – Москва : Медицина, 1985. – 285 с.

17. Матвеев Л. П. Введение в теорию физической культуры : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1983.
18. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1991.
19. Моисеева И. В. Адаптивная физическая культура в системе массового образования / И. В. Моисеева // Адаптивная физическая культура. – 2009. – № 4(40). – С. 30–31.
20. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підручник. – Київ : Олімпійська література, 2001. – 402 с.
21. Мухін В. М. Фізична реабілітація пр. пошкодженнях опорно-рухового апарату : монографія / В. М. Мухін. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 398 с.
22. Николаев А.Н. Социальная и спортивная психология / А. Н. Николаев. – Санкт-Петербург : С. Петерб. Гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2001. – 74 с.
23. Оздоровча рухова активність : анот. бібліогр. покажч. / уклад. Ірина Свістельник. – Київ : Кондор, 2014. – 354 с.
24. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму / Жданова О. М., Тучак А. М., Поляковський В. І., Котова І. В. – Луцьк : Вежа, 2000. – 240 с.
25. Паффенбаргер Р. С. Здоровый образ жизни /Р. Паффенбаргер, Э. Ольсен. – Киев : Олимпийская литература, 1999. – 319 с.
26. Рыжкин Ю. Е. Социально-психологические проблемы физической рекреации / Ю. Е. Рыжкин. – Санкт-Петербург : Нестор, 2005. – 165 с.
27. Теория и методика физического воспитания / под ред Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 2. – 391 с.
28. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 368 с.
29. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : [учебное пособие] / под ред. С. П. Евсеева. – Москва : Советский спорт, 2007. – 296 с.
30. Тиравська О. І. Курс лекцій з навчальної дисципліни "Фізична реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату" / Тиравська О. І. – Львів, 2017. – 44 с.
31. Физическая реабилитация : [учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по стандарту «Адаптивная физическая культура»] / под общей ред. С. Н. Попова. – Ростов на Дону : Феникс, 2005. – 608 с.
32. Физическая рекреация и метатеоретические аспекты её теории / Бердус М., Боген М., Бердус Г., Чувилин В. // Человек в мире спорта: новые идеи технологии, перспективы : тез. докл. Междунар. науч. конгр. – Москва, 1998.
33. Физическая рекреация и метатеоретические аспекты её теории / М. Бердус, М. Боген, Г. Бердус, В. Чувилин // Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы : тез. докл. Междунар. конгр. – Москва, 1998. – Т. 2.
34. Физкультурная рекреация и спорт для всех / Бердус М. Г., Чувилин В. В., Боген М. М., Бердус Г. И. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : тез докл. VI Междунар. науч. конгр. – Варшава, 2002.

35. Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами / уклад. Ірина Свістельник. – Київ : Кондор, 2012. – 1162 с.
36. Фізична рекреація : анот. бібліогр. покажч. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів, 2013. – 78 с.
37. Частные методики адаптивной физической культуры : [учебное пособие] / под ред. Л. В. Шапковой. – Москва : Советский спорт, 2003. – 464 с.
38. Чудна Р. В. Обґрунтування структури та змісту навчальної дисципліни «Адаптивне фізичне виховання» в системі вищої фізкультурної освіти : дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 / Рада Валентинівна Чудна – Київ, 2003. – 195 с.
39. Чудная Р. В. Адаптивное физическое воспитание / Р. В. Чудная. – Киев : Наукова думка, 2000. – 358 с.
40. Шевців У. Оцінка психічного та соціального здоров'я дівчат-старшокласниць за методикою САН / Уляна Шевців // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів, 2008. – С. 106–111.
41. Adaptive physical recreation. Спеціальність 014 Фізичне виховання, рівень вищої освіти «магістр» (для студентів 6 курсу факультету педагогічної освіти), кафедра Фітнесу та рекреації, Uliana Shevtsiv, 2018.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

42. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
43. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

#### **ЕКЗАМЕНАЦІЙНІ ВИМОГИ З ДИСЦИПЛІНИ**

42. Охарактеризувати поняття «адаптивна фізична культура», «адаптивне фізичне виховання»
43. Зв'язок адаптивної фізичної рекреації з іншими науками та навчальними дисциплінами
44. Охарактеризувати поняття «інвалід», «інвалідність», «соціальний захист інвалідів».
45. Сучасні стан проблеми інвалідності у світі. Причини збільшення кількості інвалідів у світі.
46. Актуальні проблеми АФР в Україні та світі
47. Характеристика адаптивної фізичної рекреації в Україні.
48. Діяльність громадських і державних організацій в галузі фізичного виховання та спорту інвалідів.
49. Особливості організації фізкультурного руху і спорту інвалідів України
50. Проблеми фізичної та соціальної адаптації інвалідів
51. Мета та завдання АФР
52. Основні принципи адаптивної фізичної рекреації
53. Специфічні принципи адаптивної фізичної рекреації
54. Засоби та методи адаптивної фізичної рекреації

55. Організаційні форми АФР.
56. Профілактика травматизму в АФР.
57. Матеріально-технічне забезпечення АФР
58. Загальні відомості про глухоту
59. Завдання АФР при глухоті
60. Засоби АФР при дефектах слуху
61. Вплив глухоти на стан здоров'я та рухову функцію організму.
62. Загальні відомості про сліпоту та слабозорість
63. Завдання АФР при сліпоті та слабозорості
64. Засоби АФР при сліпоті та слабозорості
65. Допуск до занять АФР при сліпоті та слабозорості
66. Загальні відомості про ураження спинного мозку
67. Мета та завдання АФР при ураженнях спинного мозку
68. Особливості використання засобів АФР при ураженнях спинного мозку
69. АФР при станах після ампутації
70. Мета, завдання АФР після ампутації
71. Засоби АФР при ампутації
72. Загальні відомості про порушення з боку ОРА.
73. Мета, завдання, засоби АФР при порушеннях ОРА
74. АФР при травмах спинного мозку та поліемієлітах
75. Загальні відомості про ДЦП
76. Мета та завдання АФР при ДЦП;
77. Методи та засоби АФР при ДЦП;
78. АФР при різних формах ДЦП
79. Загальні відомості про розумові вади
80. Мета та завдання АФР при розумових вадах
81. Методи та засоби АФР при розумових вадах
82. Лікарський контроль та профілактика травматизму на заняттях адаптивною фізичною рекреацією.

Adaptive physical recreation. Спеціальність 014 Фізичне виховання, рівень вищої освіти «магістр» (для студентів 6 курсу факультету педагогічної освіти), кафедра Фітнесу та рекреації, Uliana Shevtsiv, 2018.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Сучасний стан інтеграції людей з обмеженими можливостями в суспільство	2
2	Проблеми здоров'я і здорового способу життя інвалідів	2
3	Раціональне харчування як фактор здорового способу життя	2
4	Особливості рухової активності при різних нозологіях	2
5	Основні напрямки соціальної роботи. Діти – інваліди	2
6	Особливості методики проведення занять дітей з обмеженими можливостями в умовах санаторно-курортного комплексу	2
7	Особливості проведення оздоровчо-рекреаційної роботи у літніх таборах	2
8	Паралімпійський рух в Україні	2
	<b>Разом</b>	16